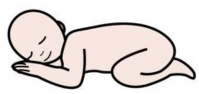
د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

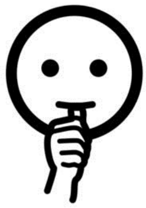
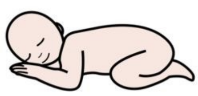
د مور او پلار دپاره معلومات
Föräldrainformation

ستاسی دپاره چی ماشوم مو د موعد نه دمخه زیږیدلی دی. Till er som har fått ert lilla barn tidigare än förväntat	
تاسی د خپل ماشوم دپاره مهم یاست! ټول نوی زیږیدلی ماشومان د خپل بدن د حرکتو په وسیله خبری کوی. هغه ماشومان چی د موعد نه دمخه پیدا کیږی زموږ سره پخپل ډول تماس نیسی. Du är viktig för barnet! Alla nyfödda barn kommunicerar via sitt kroppsspråk. För tidigt födda har sitt eget sätt att kommunicera med oss.	
دغه نشریه ستاسی سره مرسته کوی چی تاسی وکولای شی خپل ماشوم درک کړی. Den här foldern kan hjälpa dig att förstå ditt barn.	
ستاسی ماشوم پدی ډول ښکاره کوی چی حال یی ښه دی: - ماشوم کوشش کوی چی خپل لاسونه او پښی د خپل بدن خوا ته کش کی. - ماشوم خپل ځان ته کرار کرار حرکت ورکوی او د آرامی احساس ورته پیدا کیږی. Så här visar ditt barn att det mår bra: - barnet försöker dra sina armar och ben närmare kroppen - barnet rör sig lugnt och kan komma till ro	
- ماشوم یو نرم او آسوده خاطر مخ لری - ماشوم بیله دی چی پرځان باندی فشار راوړی سا باسی - barnet har ett mjukt, avslappnat ansikte - barnet andas utan ansträngning	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه • Neonatal

د مور او پلار دپاره معلومات
Föräldrainformation

- ماشوم کوشش کوی چې خپل لاسونه په خپل خوله کې وکړی او هغه چوش کړی - barnet försöker föra sina händer till munnen och suga	
- ماشوم کوشش کوی چې خپل لاسونه ونیسی، ستاسی ګوته ونیسی و یا کوم بل شی - ماشوم خپل د پوست رنګ لری که څه هم تر فشار لاندی وی - barnet försöker ta tag i och hålla om sina händer, ditt finger eller ett föremål - barnet har kvar samma hudfärg trots att det är ansträngt	
په مختلف حالاتو کی ماشوم په مختلفو اندازو زور او قدرت لری Vid olika tillfällen kan ditt barn orka olika mycket.	
په هره اندازه چې ماشوم وړکی یا ناروغه وی په هم هغه اندازه هغه کمک ته ډیر اړتیا لری. Ju omognare och/eller sjukare ditt barn är desto mera stöd behöver det.	
په هره اندازه چې ماشوم مو غټ کیږی او صحت یی ښه کیږی په هم هغه اندازه هغه لږ مرسته او ډیر حرکت ته اړتیا لری. Allteftersom ditt barn mognar och blir friskare behöver det mindre stöd och mer stimulans.	

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

د ماشوم د حرکتو تعبیر وکی
Tolka barnets signaler

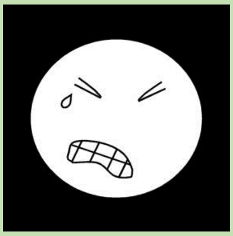
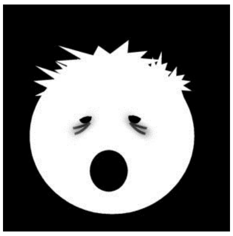
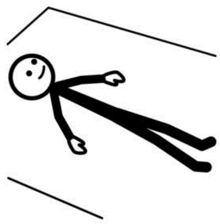
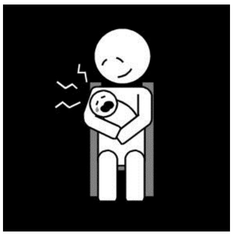
ماشوم په دی ډول ښکاره کوی چی هغه تر فشار لاندی دی او مرسته یا تفریح ته ضرورت لری: Så här visar barnet att det är ansträngt och kan behöva stöd eller paus:	
د ماشوم مخ د غصه یا د خوابنینی حالت لری Barnet har ett spänt eller oroligt ansiktsuttryck	
ـ داسی معلومیږی چی زړه یی بدیږی او سلګی کوی ـ تو کوی یا قی کوی بیله دی نه چی تر اندازی نه ډیر ډوډی خوړلی وی - verkar må illa, ulkar - spottar eller kräks utan att ha fått för mycket mat	
ـ په زور سا وباسی - andas ansträngt	
د ماشوم د پوست رنګ تغییر کوی، ژړ یا تور کیږی او یا هم چاپه کیږی Barnets hudfärg ändras, blir blek, mörk eller rutmönstrad	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه • Neonatal

د ماشوم د حرکتو تعبیر وکی

Tolka barnets signaler

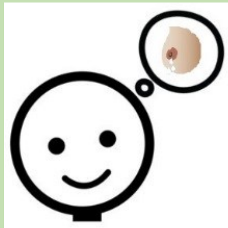
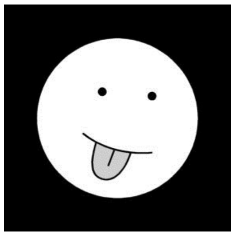
ماشوم درد ښکاره کوی داسی چی خپل مخ ګنځی او راټولوی Barnet kan visa smärta genom att det kniper ihop ansiktet	
- خپل لاسونه او پښی خپل بدن خوا ته راټولوی - غورځېږی یا ډیر خوځېږی - drar armar och ben närmare kroppen - rycker till och/eller spritter mycket	
ماښوم اررمی کوی، ټوخیږی یا څو ځله پرنجیږی - gäspar, hostar eller nyser flera gånger	
- ماشوم ځان کلک یا سست نیسی او یا ځان داسی اچوی خپل لاسونه او پښی خلاص نیسی - är spänd eller slapp eller ligger med utsträckta armar och ben	
- ماشوم ژاړی، خپګان کوی او یا په سختی آرامه کیږی - gråter, är orolig eller har svårt att komma till ro	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

د ماشوم د حرکتو تعبیر وکی

Tolka barnets signaler

وږی: Hunger:	
- ماشوم د خوب څخه پاسیږی او غزیږی - vaknar och sträcker på sig	
- خپل ژبه دباندی باسی - sträcker ut tungan	
- د خپل مور یا پلار د بدن د پوست پسی ګرځی چی هغه څټی او ورته خوند ورکی - söker efter mammas/pappas hud, smakar, slickar mot huden	
- ژاړی - gråter	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

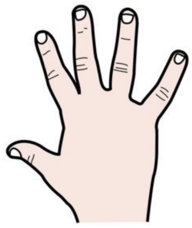
د ماشوم د حرکتو تعبیر وکی
Tolka barnets signaler

بی اندازه گرم: För varm:	
ـ ژر ژر سا وباسی - andas snabbt	
ـ رنګ یی گل غوندی سور کیږی - blir flushig och röd	
تاسی ژر د خپل ماشوم په قدرت پوهیږی چی د دغه حالت څخه وځی Du kommer snart att känna igen ditt barns förmåga och sätt att klara av sin situation.	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

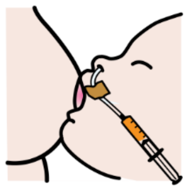
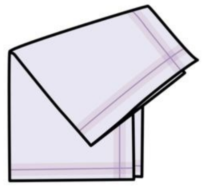
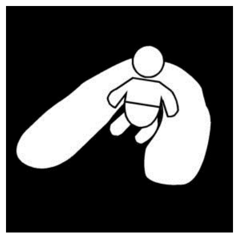
تاسې پدې ډول کولای شی چی د خپل ماشوم سره مرسته وکی
Såhär kan du hjälpa ditt barn

تاسی کولای شی چی د خپل لاسو سره خپل ماشوم تکیه کړی او د هغه سره مرسته وکی. خپل لاسونه په آرام ډول پر ماشوم یا د هغه پر شا او خوا ونیسی. هغه وخت ماشوم پوهیږی چی تاسی هلته یاست او ستاسی په مرسته هغه په آرامی د خوب څخه پاسیږی. Med dina händer kan du stödja och hjälpa ditt barn. Lägg dina händer mjukt över eller omkring ditt barn. Då märker ditt barn att du är där och kan vakna lugnt av ditt stöd.	
که ماشوم مو ناآرامه وی، تاسی کولای شی خپل لاسونه د هغه مخ ته آرام ونیسی. وګوری چی آیا هغه ستاسی ګوته نیسی. Om ditt barn är oroligt kan du prova att lugna barnet genom att hålla dina händer stilla om barnet. Se om han eller hon vill hålla om ditt finger.	
کله چی د ماشوم خیال آرام شو او ستاسی پر لاسو باندی ویده شو، تاسی په آرامی خپل لاسونه د هغه د بدن څخه ایسته کی. När barnet har kommit till ro och somnat under dina händer, smyg försiktigt bort dom från barnets kropp.	
تاسی کولای شی چی د خپل آواز سره ماشوم ته مرسته ورکی. د ماشوم سره په آرم ډول خبری وکی. ماشوم ستاسی آواز پیژنی او د هغه په وسیله د خوبه څخه پاسیږی او یا ویده کیږی. Med din röst kan du ge barnet stöd. Prata lågt med barnet. Barnet känner igen din röst och kan vakna eller somna till den.	
کله هم ستاسی ماشوم آرامی ته اړتیا لری. امتحان کی یو ځل چی هغه یوه لحظه استراحت وکی او له هغه نه وروسته د هغه ساتنه وکی او یا خبری ورسره وکی. Ibland kan ditt barn behöva en paus. Prova att låta det vila en stund innan du fortsätter att sköta om eller umgås med ditt barn.	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset

د نویو زیږېدلو ماشومانو څانګه · Neonatal

تاسي پدې ډول کولای شی چی د خپل ماشوم سره مرسته وکی
Såhär kan du hjälpa ditt barn

که ماشوم مو ستاسی په غیږ کی وی چی هغه ته ډوډی ورکی یا تی ته نږدی وی چی شیدی ورکی، هغه ته د ارامی موقع ورکی چی زور یی ډیر شی. Om barnet ligger i famnen för att matas eller vid bröstet för att ammas kan du ge barnet en paus för att orka mer.	
ماشوم پورته کی او هغه آرام خپل خوا ته ونیسی مخ کی لدی نه چی تاسی هغی ته شیدی ورکولو ته دوام ورکړی او یا کوشش وکی چی شیدی ورکی. Lyft upp barnet och håll honom eller henne stilla mot dig innan ni fortsätter med matningen/amningsförsöken.	
پریږدی چی ماشوم یو دستمال ځان ته نږدی ولری چی هغه بوی کی یا هغه ونیسی مخصوصاً چی دا دستمال ستاسی بوی ورکی. که دا دستمال یا کالی ستاسی د بدن د پوست سره تماس نیولی وی نو ماشوم د هغه بوی پیژنی. Låt barnet ha en tygbit nära sig att lukta på eller hålla i, gärna något som du har haft mot din hud. Då kan barnet känna igen din doft när det sitter hud mot hud.	
د ماشوم ځای د یو لانه په ډول جوړ کی چی هغه وکولای شی هلته تکیه وکی او ځان ته حرکت ورکی. د ماشوم سره کمک وکی چی هغه وکولای شی خپل لاسونه خولی ته نږدی کی. ماشوم د امن احساس کوی کله چی خپل لاسونه په خوله کی. Gör bädden till ett litet "bo" så barnet får stöd runt sig men ändå kan röra sig. Hjälp ditt barn att föra sina händer mot munnen. Det känns tryggt för barnet att ha sina händer där.	
شاید ستاسی ماشوم وغواړی چی خپل لاس و ښتی. حتی بی موده پیدا شوی ماشومان هم اکثراً غواړی چی خپل لاس یا یو کوچنی چوشک وښتی. Ditt barn kanske vill suga på sin hand? Även för tidigt födda barn tycker ofta om att suga på sin hand eller på en liten napp.	

För info om symbollicenser: http://www.dart-gbg.org/licenser
Detta bildstöd är skapat via www.bildstod.se i samarbete med
Neontalavdelningar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Östra Sjukhuset